

PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD POR CALOR

Durante los períodos de alta temperatura y humedad hay ciertas cosas que todos deben hacer (particularmente las personas con condiciones de alto riesgo) para reducir la posibilidad de enfermedad por causa de calor:

❖ Tráte de mantenerse fresco

Mantenga cerradas las ventanas, cortinas y persianas cuando el sol esta fuerte. Abra las ventanas al caer la tarde o por la noche cuando el aire exterior es más fresco. Transládese a habitaciones más frescas cuando el sol esta fuerte

- Evite esforzarse en exceso, especialmente en los momentos más calurosos del dia
- Aplíquese loción de protección solar según sea necesario
- Beba bastante líquido
- Use ropa suelta de colores claros
- Pierda peso si esta sobrepeso
- Coma sus comidas regulares para asegurar que tenga la cantidad adecuada de sal y líquidos

4/04

DROGAS / MEDICINAS ANTI-SICÓTICAS

Nombre Comercial	Nombre Genérico
Abilify	aripiprazole
Clozaril	clozapine
Geodon	ziprasidone
Resperdal	risperidone
Seroquel	quetiapine
Zyprexa	olanzapine
Haldol	haloperidol
Loxitane	loxapine
Mellaril	thloridazine
Moban	molindone
Navane	thiothixene
Prolixin	fluphenazine
Serentil	mesoridazine
Stelazine	trifluoperazine
Thorazine	Chlorpromazine
Trilafon	perphenazine



El calor del Verano y los Riesgos de Sol Para usuarios De las Medicinas Anti-Sicóticas

Estado de New Jersey
Departamento de Servicios Humanos
División de Servicios de Salud Mental

MEDICINAS ANTI-SICÓTICAS AFECTAN LA REGULACIÓN DEL CALOR DEL CUERPO

Las medicinas anti-sicóticas pueden afectar la capacidad del cuerpo a regular su propia temperatura. En los días calurosos y húmedos, las personas que toman anti-sicóticas corren el riesgo de desarrollar una temperatura corporal excesiva, o hipertermia, que puede ser fatal. Las personas que padecen de condiciones médicas crónicas son particularmente vulnerables, por ejemplo enfermedad cardíaca o pulmonar, diabetes, alcoholismo, etc.

El agotamiento por calor es la condición más común relacionada con la temperatura alta, y es más probable que ocurra en personas que realizan actividades físicas a la intemperie durante las olas de calor.

La insolación es una condición más grave de deshidratación y pérdida de sal que puede poner en peligro la vida.

AGOTAMIENTO POR CALOR

Esta condición puede ocurrir en personas activas o sedentarias. Se presenta repentinamente y puede durar poco. **Se debe llamar a un médico.** La recuperación puede ser espontánea o puede necesitarse infusión intravenosa de líquido para evitar un desmayo.

Síntomas del agotamiento por calor:

- Irritabilidad o cambio en el comportamiento
- Temperatura baja o normal
- Presión arterial ligeramente baja
- Pulso y latidos acelerados
- Respiración agitada
- Piel fría y pálida (quizás de color gris cenizo)
- Sudor profuso
- Mareos, dolor de cabeza y debilidad
- Náusea, vómitos
- Calambres en el abdomen o extremidades

Tratamiento

Si una persona muestra síntomas de agotamiento por calor, se deberá:

- Trasladarla a un lugar más fresco tan pronto sea posible
- Darle agua u otros líquidos inmediatamente (no hay que darle sal)
- Hacer que repose un rato

INSOLACIÓN

Esta condición ocurre principalmente durante las olas de calor. Las personas que padecen de enfermedades crónicas son más vulnerables. La insolación, la enfermedad más seria debida al calor, puede ocasionar la muerte si no se trata.

Síntomas de la Insolación:

Agitación, aturdimiento, convulsiones, letargo o coma (todos pueden ser síntomas iniciales)
Alta temperatura corporal (102 grados Fahrenheit o más)
Alta presión arterial inicialmente (puede seguir un choque que produzca una baja en la presión)
Pulso y latidos acelerados
Respiración rápida y entrecortada si la persona se está moviendo; respiración lenta y profunda si la persona está quieta
Piel caliente, seca y enrojecida

Tratamiento

Tan pronto reconozca los síntomas de la insolación, tome acción inmediata:

- **Llame al 911 inmediatamente**
- Afloje o quite la ropa exterior de la persona
- Use resucitación cardiopulmonar si es necesario